چنا پلاؤ

اجزا۔

چاول آدھا کلو

اُبلے ہوئے سفید چنے ایک کپ

تیل آدھا کپ

پیاز ایک عدد

سفیدثا بت زیرہ ایک چائے کا چمچ

ثابت گرم مصالہ ایک کھانے کا چمچ

ہری مرچ دو عدد

ادرک لہسن کا پیسٹ ایک کھانے کا چمچ

ٹماٹر دو عدد

نمک حسبِ ذائقہ

لال مرچ پسی ہوئی ایک چائے کا چمچ

آلو بخارہ چار عدد

زیرہ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ

دھنیا پاؤڈر ایک چائے کا چمچ

دہی آدھا کپ

ادرک لمبائی میں کٹی ایک چمچ

ترکیب۔

ایک برتن میں تیل لیں اس میں پیاز، ثابت زیرہ ،ثابت گرم مصا لحہ اور ہری مرچ ڈال کر براؤن ہونے تک فرائی کریں ۔

اب اس میں ادرک لہسن کا پیسٹ ،ٹماٹر ،نمک ،لا ل مرچ پسی ہوئی ،آلو بخارہ ،زیرہ پاؤڈر ،دھنیا پاؤڈر ،دہی ،اُبلے ہوئے چنے، تھوڑا سا گرم پانی اور ادرک ڈال کر مصالحہ بھون لیں۔

اب اس میں چاولوں کے حساب سے پانی ڈال کر اُبال لیں اور چاول ڈال دیں جب پانی تھوڑا رہ جانے تو دم دے دیں ۔

مزیدار چنا پُلاؤ تیار ہے۔

0307-8162003